

ПРОФИЛАКТИКА ВНЕБОЛЬНИЧНОЙ ПНЕВМОНИИ



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ

памятка для
взрослого
населения



Центр
Общественного
Здоровья

и Медицинской Профилактики
Пермский край

Внебольничная пневмония (ВП) является острым инфекционным заболеванием, вызванным вирусами, бактериями или грибами, при котором в воспалительный процесс вовлекаются легкие.

ВП возникает во внебольничных условиях (вне стационара).

Пути передачи инфекции:
преимущественно
воздушно-капельный



СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА:

- Заключается в проведении вакцинации от гриппа и пневмококковой инфекции, которая включена в национальный календарь профилактических прививок.



Уточнить информацию по вопросам о Covid-19 и сезонных простудных заболеваниях (грипп, ОРВИ) можно по телефону «горячей линии» Министерства здравоохранения Пермского края

+7 (342) 258 07 87.



ФАКТОРЫ РИСКА:

- стрессы,
- ослабленный иммунитет,
- курение,
- хронические заболевания.

Симптомы, которые настораживают и указывают на возможное развитие ВП:

- температура 38-40,
- кашель,
- мокрота,
- одышка,
- слабость,
- сильное потоотделение,
- боль в груди.

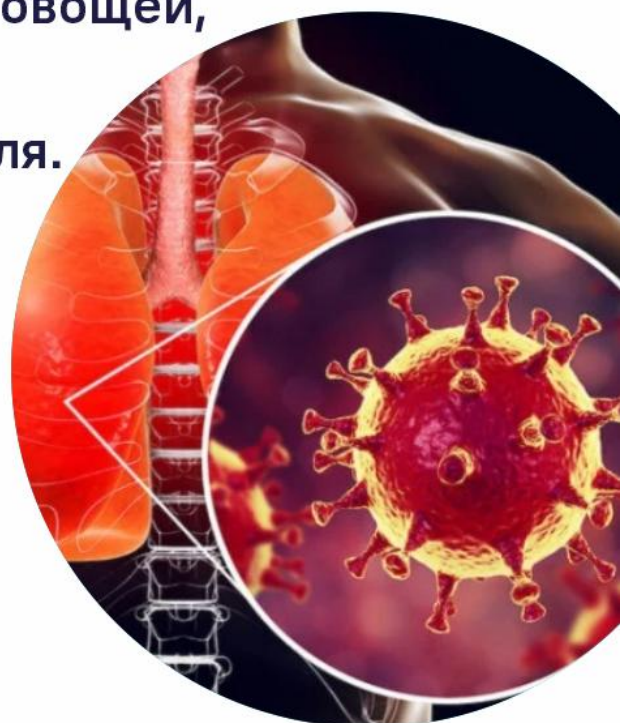
НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!



НЕСПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА:

- Будьте физически активны. Гуляйте на свежем воздухе;
- Полноценно питайтесь: ежедневно в рационе должны быть 5 порций свежих фруктов и овощей, мясо, рыба, молочные продукты;
- Исключите употребление алкоголя. Откажитесь от курения;
- Соблюдайте гигиену рук;

Укрепляйте иммунитет.
Избегайте переохлаждений и сквозняков;



Внебольничные пневмонии наиболее тяжело протекают у лиц пожилого возраста, на фоне сопутствующих заболеваний (онкологические и гематологические заболевания, сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, заболевание почек и печени, хроническая обструктивная болезнь легких, алкоголизм, вирусные инфекции и другие).

